

التمرين الأول: (٣٥ ن)

أذكر المخلوقات الغذائية النباتية:

1. ٥ ن

2. ٥ ن

3. ٥ ن

التمرين الثاني: (٥٥ ن)

كُونْ وَجِبَةً غِذَائِيَّةً مَتَوَازِنَةً لِلغَدَاءِ.

التمرين الثالث: (٥٥ ن)

أجب بـصحيح أو خطأ، ثم صمغ الخطأ إن وجد:

1. الفهد حيوان أصبغى

2. يتوقف القلب عن النبض أثناء النوم

3. سمط تنفس الحصى هو انسي

4. نظام الإنسان عند الحيوانات العاشبة أنياب كبيرة وقواطع

صغيرة وأضراس مشتركة

5. فوج القلب في الجهة اليمنى من الصدر

التربية العلمية

النموذج الثاني

التحريين الأول:

خَرَجَ مُحَمَّدٌ مَعَ صَدِيقَيْهِ جِبَالٍ وَخَالِدٍ فِي نَزْهَةٍ إِلَى الْغَابَةِ ، عِنْدَ مَا وَصَلُوا
بَدَأَ مُحَمَّدٌ فِي مَمارَسَةِ رِيَاضَةِ الْجَرِيِّ وَتَتَبَعَاتِ جَوَلِ جِبَالٍ فِي الْغَابَةِ . اَلْتَمَى
خَالِدٌ بِالْإِسْتِيقَاءِ تَحْتَ طَلِّ شَجَرَةٍ . قَامَ كُلُّ طِفْلِ بِحِسَابِ عَدَدِ دَقَائِ قَلْبِهِ
أَمَّا مَمارَسَتُهُمْ لِهَذِهِ الْاَنْشِطَةِ .

1- اَرَبَطْ كُلَّ طِفْلٍ بِعَدَدِ دَقَائِ قَلْبِهِ : (1,5 د)

مُحَمَّدٌ 69 دَقَّةً فِي الْاَلْفِ قِيَمَةٍ .

جِبَالٌ 99 دَقَّةً فِي الْاَلْفِ قِيَمَةٍ .

خَالِدٌ 118 دَقَّةً فِي الْاَلْفِ قِيَمَةٍ .

2- اَذْكُرِ الْاَمَارَاتِ الَّتِي اِسْتَطَاعَ كُلُّ طِفْلٍ حَتَّى تَبْصُرَ قَلْبَهُ مِنْهَا : (1,5 د)

أَمَّا تَجَوُّلِ الْاَطْفَالِ فِي الْغَابَةِ شَاهَدُوا قَرْدًا وَغُرَالَةً وَثَعْلَبًا .

3- حَدِّدِ النِّظَامَ الْغِذَائِيَّ لِكُلِّ حَيَوَانٍ : (2,25 د)

الْقَرْدُ : الْغُرَالَةُ : الثَّعْلَبُ :

4- صَنِّعْ هَذِهِ الْحَيَوَانَاتِ حَسَبَ تَطْهِجِ اِتْرَتِكَا رَأْدَامَتِهَا عَلَى الْأَرْضِ : (2,25 د)

الْقَرْدُ : الْغُرَالَةُ : الثَّعْلَبُ :

خَلَّى مُحَمَّدٌ مَعَ صَدِيقَيْهِ لِنَاقِلِ وَجِبَةِ الْغَدَاءِ الَّتِي أَحْضَرُوها مَعَهُمْ
فَأَخْرَجَ مُحَمَّدٌ وَجِبَالٌ وَجِبَةً مَكُونَةً مِنْ : (خَبْزٌ + بَيْضٌ + زَيْتٌ + رَنْبَارٌ)
يَاوُورَتٌ + مَاءٌ) ، وَأَخْرَجَ خَالِدٌ عَلِيَّتِي شَوْكُولَاطَةً كَيْ يَأْكُلَهُمَا وَخَلْبَةً رَقَائِقَ
الْبَطَاطَا .

5- حَدِّدِ مَا تُضِيْفُهُ إِلَى وَجِبَةِ مُحَمَّدٍ وَجِبَالٍ حَتَّى تَكُونَ وَجِبَةً مُتَوَعَّةً : (1,5 د)

6- اَذْكُرِ الْمَشَاكِلَ الصَّحِيَّةَ الَّتِي قَدْ يُعَارِفُ مِنْهَا خَالِدٌ . (1 د)

التربية العلمية

النموذج الثالث

التمرين الأول: (3 ن)

أجب بـصحيح أو خطأ فيما يلي :

- 1- عند القيام بفقد عضلي متواصل دقائق قليلة
- 2- يتقلد الدلفين في الهواء
- 3- يغير الصقور بفضل قواها الطويلة والقوية
- 4- يتخفي صياري أثناء الشهي
- 5- يزيد التدخين من مخاطر الإصابة بالسكري القلبية
- 6- الرقابة من الحيوانات العاشبة ودواب الحوافر

التمرين الثاني: (3 ن)

أكمل العبارات التالية بـ: يركض - يطير - يسبح - يزحف - يغير

- | | | | |
|-------|---------|-------|---------|
| | الثعالب | | الدلفين |
| | الغراب | | الأرنب |
| | الحصان | | القرش |

التمرين الثالث: (5 ن)

اربط بفهم بين الحالة ودقات القلب المناسبة :

- | | |
|---------------|--------------------|
| 1- عند الجلوس | 110 دقة في الدقيقة |
| 2- عند المشي | 75 دقة في الدقيقة |
| 3- عند الجري | 90 دقة في الدقيقة |

التمرين الرابع: (5 ن)

ضع سبب لكل مثل صحي (التدخين، السمكة، الأكل من تشارل الدهون -

الأكل من تشارل الدهون، السكريات - إخراج اللعوم، الحليب والبني في القوية

- 1- السمكة سببها
- 2- السمكة القلبية سببها
- 3- كوايتوز كور سببها
- 4- السكري سببها
- 5- تراكم الدهون في الدم سببها

التمرين الخامس: (5 ن)

التربية العلمية

الموضوع الرابع

التمرين الأول : (3 ن)

الزيتون	الزيتون
الخبز	الخبز
الحليب	الحليب
الفواكه	الفواكه
الخضروات	الخضروات
السمك	السمك
الفاكهة	الفاكهة
الحبوب	الحبوب
الخضار	الخضار

التمرين الثاني : (7 ن)

أكمل ما يلي :

1. تصنف الحيوانات حسب طريقة إزالتها على الأرض إلى :
2. تصنف الحيوانات حسب وسط عيشها إلى :
3. تصنف الحيوانات حسب نظام غذائها إلى :
4. تصنف الحيوانات حسب نمط تنفيسها إلى :
5. يسبب سوء التغذية مشاكل صحية خطيرة مثل :

التمرين الأول: (3,5)

أجب بـصحيح أو خاطئ فيما يلي:

* يؤدّي الإكثار من تناول الأغذية العضوية من السكر والدهون إلى السمنة.....

* عند زيادة الجهد العضلي تنقبض دقات القلب وتبطلها النبض.....

* للحفاظ على صحتنا يجب أن تكون تغذيتنا متنوعة.....

* القلب ينبض باستمرار.....

* إن دقات القلب غير متلازمة مع النبض.....

* الصباح حيوان برمائي.....

* تنقسم الحيوانات حسب نظام غذائها إلى حيوانات عائية ولاحمة فقط.....

التمرين الثاني: (3,5 ن)

تقسم الأغذية إلى ست (6) مجموعات. أذكرها.

1..... 2..... 3.....

4..... 5..... 6.....

التمرين الثالث: (3,5 ن)

أكمل الجدول.

الحيوان	نمط القيسي	نمط القداء	النمقل	سلح الإيكايز	التقس
الحصان	البر	.	الركض	.	هوائي
الثعالب	.	لاحم	.	.	.
التمسك	.	.	الركض	.	هوائي
الفيل	.	.	.	أخميني	.
السر	البر	لاحم	.	أصبعي	هوائي

التحقيق الأول: (30 ف)

أذكر المَجْمُوعَاتِ الغَدَائِيَّةَ الأَمَاسِيَّةَ:

- | | |
|--------------------|---------------------|
| 1. اللحم | 2. الحبوب |
| 2. المدهون | 3. الحليب و مشتقاته |
| 3. الخضير والفواكه | 4. الحبوب |
| | 5. الحبوب |

المتمم الثاني (٥٥٢)

كُونَ وَحِبَّةٌ عِدَائِيهِ مُتَوَارِدَةٌ لِلْفِدَاءِ

(اگر وہ چھوٹے تھے تو ان کے لئے بھی یہی حکم تھا کہ اگر وہ بڑے ہوں تو ان کے لئے بھی یہی حکم تھا۔)

التمرين الثالث: (5هـ)

أَجِبَ بِصَحِيحٍ أَوْ خَطَأٍ، ثُمَّ صَنَعَ الْخَطَأَ إِنْ وَجَدَ

1. الفهد حيوان أصبغى

٤. يَتَوَقَّفُ الْقَلْبُ عَنِ النَّبِضِ أَتْنَاءَ النَّوْمِ. خطأ.

- لا يتوقف القلب من النبض أثناء النوم

- 3- سَمَطُ تَنْفَسِ الْجِصَافِ هَوَائِيٌّ مَرْجِيٌّ.

٤. نِظَامُ الْأَنْبِيَاءِ عِنْدَ الْحَيَوَانَاتِ الْعَاقِصَةِ أَبَابٌ كَبِيرٌ وَقَوَاعٍ

- صَغِيرَةً وَأَضْرَأَ مِنْ مَنَارِكِهِ خطأ

١. بنو يد صغيرة جدًا، قوامها مع متطورة، أضراسها متطورة.

- 5- فَوَجَدَ الْقَلْبَ فِي الْجِهَةِ الَّتِي سَمِيَ مِنَ الصَّدْرِ

التمرين الأول:

خَرَجَ مُحَمَّدٌ مَعَ صَدِيقَيْهِ جَمَالٍ وَخَالِدٍ فِي نَزْهَةٍ إِلَى الْغَابَةِ ، عِنْدَ مَا وَصَلُوا
بَدَأَ مُحَمَّدٌ فِي مَسَارَعةِ رِياضَةِ الْجَرِيِّ وَتَتَبَعَاتُ جَوَلِ جَمَالٍ فِي الْغَابَةِ . اَلْتَفَى
خَالِدٌ بِالْإِثْلَاقِ وَتَحْتَ طَلِّ شَجَرَةٍ . قَامَ كُلُّ طِفْلِ بِحِصَابِ عِدَدِ دَقَّاتِ قَلْبِهِ
أَمَّا مُمَارَسَتُهُمْ لِهَذِهِ الْأَنْشِطةِ :

1- اُرِيطَ كُلُّ طِفْلٍ بِعِدَدِ دَقَّاتِ قَلْبِهِ : (1,5 ن)

مُحَمَّدٌ 69 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ .
جَمَالٌ 99 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ .
خَالِدٌ 118 دَقَّةً فِي الدَّقِيقَةِ .

2- أَذْكَرُ الْأَمَانِ الَّتِي اسْتَطَاعَ كُلُّ طِفْلٍ حِسِّي تَبْيُضِ قَلْبِهِ مِنْهَا : (1,5 ن)

المسابقة المعصم

أَمَّا مُمَارَسَةُ تَجَوُّلِ الْأَطْفَالِ فِي الْغَابَةِ شَاهِدُوا قَرْدًا وَغُرَالَةً وَتَعَلُّبًا .

3- حَدِّدِ النِّظَامَ الْغِذَائِيَّ لِكُلِّ حَيَوَانٍ : (2,25 ن)

القرود : كل شئ .. الغرال : عاشب .. الثعلب : كل شئ ..

4- صَفِّ هَذِهِ الْحَيَوَانَاتِ حَسَبَ تَطَوُّلِ إِرْتِكَازِ أَقْدَامِهَا عَلَى الْأَرْضِ : (2,25 ن)

القرود : أصمبي .. الغرال : ذوات الحوافر الثعلب : أصمبي ..

جَلَسَ مُحَمَّدٌ مَعَ صَدِيقَيْهِ لِنَاقِلِ وَجِبَةِ الْغَدَاءِ الَّتِي أَحْضَرُوا مَعَهُمْ

فَأَخْرَجَ مُحَمَّدٌ وَجِبَالَ وَجِبَةَ مَكُونَةٍ مِنْ : (خَبَزْ + بَيْضْ + زَيْتُون +

يَاوُورْت + مَاء) ، وَأَخْرَجَ خَالِدٌ عَلِيَّتِي شَوْكَوْلًا طَيِّبَةً يَأْكُلُهَا وَغَلِيَّةَ رَقَائِقِ

الْبَطَايَا .

5- حَدِّدِ مَا تُضِيْفُهُ إِلَى وَجِبَةِ مُحَمَّدٍ وَجَمَالٍ حَتَّى تَكُونَ وَجِبَةً مُتَوَعَّةً . (5 ن)

تفاح سلاطة جبن

6- أَذْكَرُ الْمَشَاكِلِ الصَّحِيَّةِ الَّتِي قَدْ دُعِيَ مِنْهَا خَالِدٌ . (1 ن)

السمنة قلة الحركة

التمرين الأول: (3 ن)

- أجب بـصحيح أو خطأ فيما يلي:
- 1- عند القيام بجهد عضلي تزداد دقات قلبي. **صحيح**
 - 2- تبتل الدلفين في الهواء. **خطأ**
 - 3- يغير الضفدع بفضل قوائم الطويلة والقوية. **صحيح**
 - 4- يتخفي صريري أثناء الشهيق. **خطأ**
 - 5- يزيد التدخين من مخاطر الإصابة بالسكتة القلبية. **صحيح**
 - 6- الرزافة من الحيوانات العاشبة ودواب الخوافر. **صحيح**

التمرين الثاني: (3 ن)

- أكمل العبارات التالية بـ: **يسكن** - **يطير** - **يسبح** - **يرحف** - **يقفز**
- الثعالب **يرحف**
 - الدلفين **يسبح**
 - القراب **يطير**
 - الأرنب **يقفز**
 - الحصان **يسكن**
 - القرش **يسبح**

التمرين الثالث: (1,5 ن)

اربط بينهم بين الحالة ودقات القلب المناسبة:

- | | |
|---------------|----------------------|
| 1- عند الجلوس | ← 110 دقة في الدقيقة |
| 2- عند المشي | ← 75 دقة في الدقيقة |
| 3- عند الجري | ← 90 دقة في الدقيقة |

التمرين الرابع: (5 ن)

ضع سبب لكل مشكل صحي (التدخين - السمنة - الأثار من تناول الدواء - ...)

- الأثار من تناول الدواء: **أضرار الأعين والجلد والبني في المعدة**
- 1- السمنة تسببها **الإكثار من تناول المصنوعات السكرية**
 - 2- السكتة القلبية تسببها **التدخين**
 - 3- كوايثور كور سية **الغذاء الجرم**
 - 4- السكرى تسببها **البسمة**
 - 5- تراكم الدهون في الدم تسببها **الإكثار من تناول البهرة**

التمرين الأول : (3 ن)

أزيت بيّن الغذاء والمجموعة الغذائية التي ينتمي إليها
 البطاطا الشروب البرتقال الحبوب الفواكه الحليب ومشتقاته اللحوم الخضار

التمرين الثاني : (7 ن)

أكمل مايلي :

1. تصنف الحيوانات حسب طريقة إزكاها على الأرض إلى :
 - حيوانات فضوية - حيوانات أصوية - حيوانات مائية
2. تصنف الحيوانات حسب وسط عيشها إلى :
 - برية - حيوانات مائية - حيوانات برية
3. تصنف الحيوانات حسب نظام غذائها إلى :
 - حيوانات لاحمة - حيوانات عاشية - حيوانات آكلة كل شيء
4. تصنف الحيوانات حسب نمط تنفيسها إلى :
 - تنفسي هوائي - تنفسي مائي - تنفسي هوائي مائي
5. يسبب سوء التغذية مشاكل صحية خطيرة مثل :
 - البسنة - الهزال

الأستاذ : محمد بن عبد القادر

التمرين الأول: (3,5)

- أجب بصحيح أو خاطئ فيما يلي،
- * يؤدّي الإكثار من تناول الأغذية المصنوعة من السكر والدهون إلى السمنة **صحيح**
 - * عند زيادة الجهد العضلي تتحسن دقات القلب وتباطأ النبض **خاطئ**
 - * المحافظة على صحتنا يجب أن تكون تغذيتنا متنوعة **صحيح**
 - * القلب ينبض باستمرار **صحيح**
 - * إن دقات القلب غير متلائمة مع النبض **خاطئ**
 - * التمثاع حيوان بر مائي **صحيح**
 - * تنقسم الحيوانات حسب نظام غذائها إلى حيوانات عائية ولاحصة فقط **خاطئ**

التمرين الثاني: (3,5 ن)

- تنقسم الأغذية إلى ستة (6) مجموعات. أذكرها.
- 1... **الحبوب** 2... **الجنسور واللحوم** 3... **الفاكهة والخضروات**
 - 4... **الدهون** 5... **الحليب ومشتقاته** 6... **المياه**

التمرين الثالث: (3,5 ن)

أضلل الجدول.

الخيزان	وتطالقيش	كامل الفداء	التنقل	شلع الإرتكار	التنفس
الحيوان	البر	عائتي	الركض	نوات المواضع	كواشي
التمساح	بر مائي	لاحم	السمكة	أصبعي	هوائي مائي
التملح	البر	كل بيئتي	الركض	أصبعي	كواشي
الغزل	السماء	لاحم	السمكة	أصبعي	مائي
السكر	البر	لاحم	الطيوان	أصبعي	كواشي